

pilatesK ムパ°太田川店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール			2026/09/15 更新
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Pre Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	Release&Strength		Back & Arm 🌈	jump to burn		
	momoka.S	A.Sumire	YURIE.H		YURIE.H	momoka.S		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Body Balance	Basic 🌈	Back & Arm 🌈		Beauty Conditioning 🌈	Hip & Leg 🌈		
	YURIE.H	momoka.S	momoka.S		YURIE.H	A.Sumire		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
	Pilates Workout	Hip & Leg 🌈	Basic 🌈		Hip & Leg 🌈			
	momoka.S	A.Sumire	maki.h		A.Sumire			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
		jump to burn	Waist 🌈					
		momoka.S	maki.h					
		close						
	17:30 ~ 18:30							
	Back & Spine							
	momoka.S							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Pre Basic 🌈	Waist 🌈	close	Pilates Cardio	Body Balance	Basic 🌈			
YURIE.H	maki.h		momoka.S	YURIE.H	momoka.S			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Waist 🌈	Hip & Leg 🌈		Basic 🌈	Waist 🌈	Hip & Leg 🌈			
maki.h	A.Sumire		maki.h	maki.h	A.Sumire			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Beauty Conditioning 🌈	Basic 🌈		Back & Spine	Back & Arm 🌈	Pilates Workout			
YURIE.H	maki.h		momoka.S	YURIE.H	momoka.S			

pilatesK ムパ°太田川店			【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール					
10/09		10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16		
金		土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Hip & Leg 🌈		Waist 🌈	Pre Basic 🌈		Basic 🌈	Hip & Leg 🌈		Pilates Cardio		
A.Sumire		maki.h	momoka.S		maki.h	A.Sumire		momoka.S		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Basic 🌈		Back & Arm 🌈	Waist 🌈		Back & Spine	Beauty Conditioning 🌈		Release&Strength		
maki.h		momoka.S	maki.h		momoka.S	YURIE.H		YURIE.H		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30		
Waist 🌈		Basic 🌈	Pilates Workout		Back & Arm 🌈			Pre Basic 🌈		
maki.h		maki.h	momoka.S		momoka.S			momoka.S		
close		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close					
		Pilates Cardio	Hip & Leg 🌈							
		momoka.S	A.Sumire							
		close	close							
17:30 ~ 18:30										
Basic 🌈										
maki.h										
18:00 ~ 19:00		close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic 🌈					Basic 🌈	Release&Strength	Pre Basic 🌈	Waist 🌈		
maki.h					Natsuki.Y	YURIE.H	YURIE.H	maki.h		
19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🌈					Hip & Leg 🌈	Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈		
sayaka.t					A.Sumire	maki.h	YURIE.H	A.Sumire		
21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic 🌈					Basic 🌈	Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	Basic 🌈		
sayaka.t					Natsuki.Y	maki.h	A.Sumire	maki.h		

🌈：体験可能レッスン
 ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK ムパ [®] 太田川店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/15 更新
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🟡	jump to burn		Hip & Leg 🟡	Basic 🟢		Beauty Conditioning 🟡	Back & Spine	
A.Sumire	momoka.S		A.Sumire	maki.h		YURIE.H	Rino.S	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Basic 🟢	Body Balance		Waist 🟡	Hip & Leg 🟡		Basic 🟢	Waist 🟡	
maki.h	YURIE.H		maki.h	A.Sumire		maki.h	maki.h	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Workout	Back & Spine		Basic 🟢			Back & Arm 🟡	Pre Basic 🟢	
momoka.S	momoka.S		maki.h			YURIE.H	Rino.S	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Waist 🟡	Pre Basic 🟢							Back & Arm 🟡
maki.h	YURIE.H							YURIE.H
close	close		close			close	close	close
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30					
Back & Spine			Release&Strength					
momoka.S			YURIE.H					
close		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
		Pre Basic 🟢	jump to burn	Hip & Leg 🟡	Pre Basic 🟢			
		YURIE.H	momoka.S	A.Sumire	momoka.S			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Hip & Leg 🟡	Release&Strength	Basic 🟢	Waist 🟡			
		A.Sumire	YURIE.H	maki.h	maki.h			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Body Balance	Pre Basic 🟢	Back & Spine	Pilates Cardio					
YURIE.H	momoka.S	momoka.S	momoka.S					

pilatesK 太田川店		【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール											
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31							
日	月	火	水	木	金	土							
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Pilates Workout		Back & Arm 🟡	Hip & Leg 🟡		Pre Basic 🟢	Waist 🟡							
momoka.S		momoka.S	A.Sumire		YURIE.H	maki.h							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
Hip & Leg 🟡		Hip & Leg 🟡	Pilates Cardio		Hip & Leg 🟡	Beauty Conditioning 🟡							
A.Sumire		A.Sumire	momoka.S		A.Sumire	YURIE.H							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Basic 🟢		Pre Basic 🟢			Body Balance	Back & Spine							
momoka.S		momoka.S			YURIE.H	momoka.S							
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00						
Hip & Leg 🟡							Basic 🟢						
A.Sumire							maki.h						
close							close	close	close	close			
											17:30 ~ 18:30		
											Hip & Leg 🟡		
											A.Sumire		
			18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Basic 🟢								Hip & Leg 🟡	Basic 🟢	Beauty Conditioning 🟡
			ASUKA.K								A.Sumire	maki.h	YURIE.H
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30									
	Back & Spine	Pre Basic 🟢	Waist 🟡	jump to burn									
	momoka.S	YURIE.H	maki.h	momoka.S									
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
jump to burn	Body Balance	Basic 🟢	Back & Arm 🟡										
ASUKA.K	YURIE.H	Shihori	momoka.S										

🟡 : 体験可能レッスン
・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
・レッスン開始時刻1時間前を切ったのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。